

AKTIV + FIT

KURS-NR: 7002

Für Anfänger und Wiedereinsteiger!

Wir kräftigen den ganzen Körper, fördern Beweglichkeit und trainieren die Ausdauer mit kleinen Handgeräten und koordinativen Übungen!

BEGINN: 15. JANUAR 2025



Turnhalle: Brenner-Turnhalle Ost
(Brennerstr. 3 MN)

Kurszeit: Mittwoch 18:00 Uhr, 10 x 60 min

Kosten: 55,00 € / 35,00 € für TSV Mitglieder
Barzahlung am 1. Kurstag
oder per Überweisung
(Überweisungsdaten nach Anmeldung)

Kursleiterin: Präventionstrainerin Petra Meissner

Anmeldung: Ulli Hofmann: TSVMN.Ulli.Hofmann@web.de